

# MINIMA CHAMPIONNATS REGIONAUX EN SALLE

	Seniors H		Espoirs H		Juniors H		Cadets	
	D	E	D	E	D	E	D	E
50 m	6"20	6"40	6"25	6"45	6"30	6"55	6"45	6"60
60 m	7"20	7"40	7"25	7"45	7"30	7"45	7"45	7"60
200 m	23"10	23"55	23"25	23"75	23"50	24"00	24"00	24"40
400 m	51"90	53"30	52"20	54"20	52"70	55"00	55"00	58"00
800 m	1'59"00	2'05"00	2'00"00	2'06"00	2'03"00	2'08"00	2'08"00	2'11"00
1500 m	4'10"00	4'21"00	-	-	-	-	-	-
50m Haies	7"80	8"30	7"80	8"80	7"60	8"80	7"40	8"20
60m Haies	9"00	9"50	9"00	10"00	8"80	10"00	8"60	9"40
Hauteur	1m85	1m80	1m85	1m75	1m85	1m70	1m75	1m65
Perche	4m20	3m90	3m90	3m50	3m80	3m30	3m70	3m10
Longueur	6m65	6m20	6m50	6m00	6m40	5m95	6m30	5m80
Triple saut	13m50	12m80	13m05	12m00	13m00	11m90	12m80	11m80
Poids	11m90	11m30	10m00	9m00	11m50	10m00	12m00	10m80
	Seniors F		Espoirs F		Juniors F		Cadettes	
	D	E	D	E	D	E	D	E
50 m	7"20	7"65	7"35	7"65	7"35	7"65	7"35	7"65
60 m	8"25	8"70	8"30	8"70	8"30	8"70	8"30	8"70
200 m	27"35	28"15	27"35	28"15	27"40	28"15	27"45	28"00
400 m	63"50	67"50	65"50	67"50	65"00	67"50	66"50	70"50
800 m	2'26"00	2'32"00	2'33"00	2'36"00	2'33"00	2'36"00	2'33"00	2'38"00
1500 m	5'10"00	5'25"00	-	-	-	-	-	-
50m Haies	8"25	9"65	8"35	9"65	8"35	9"65	8"25	9"05
60m Haies	9"40	11"00	9"50	11"00	9"50	11"00	9"60	10"45
Hauteur	1m50	1m40	1m50	1m40	1m50	1m40	1m50	1m40
Perche	2m80	2m20	2m60	2m20	2m40	2m20	2m40	2m20
Longueur	5m30	4m80	5m30	4m80	5m30	4m75	5m00	4m70
Triple saut	10m50	9m60	10m50	9m60	10m40	9m60	10m40	9m60
Poids	10m00	9m00	9m50	8m00	9m50	8m00	10m30	9m50

# MINIMA CHAMPIONNATS D'ÎLE-DE-FRANCE EN SALLE

	Seniors H			Espoirs H			Juniors H			Cadets		
	A	D	E	A	D	E	A	D	E	A	D	E
60 m	6"95	7"10	7"30	6"95	7"15	7"35	7"05	7"20	7"45	7"20	7"35	7"55
200 m	21"85	22"65	23"15	22"20	23"05	23"30	22"60	23"15	23"70	23"05	23"50	24"10
400 m	49"00	50"50	52"00	49"80	51"50	53"10	51"00	52"00	54"00	52"50	54"50	56"50
800 m	1'55"00	1'59"00	2'02"00	1'56"00	1'59"50	2'04"00	1'58"00	2'01"00	2'05"50	2'05"00	2'07"00	2'09"00
1500 m	3'59"00	4'06"00	4'12"00	-	-	-	-	-	-	-	-	-
60 m Haies	8"30	8"70	9"30	8"50	8"90	9"80	8"30	8"90	9"50	8"40	8"80	9"10
Hauteur	2m04	1m92	1m85	2m01	1m85	1m75	1m98	1m85	1m75	1m89	1m80	1m70
Perche	4m85	4m60	4m20	4m60	4m00	3m70	4m60	3m90	3m50	4m00	3m70	3m30
Longueur	7m10	6m85	6m45	6m90	6m50	6m20	6m80	6m55	6m10	6m60	6m25	6m00
Triple saut	15m00	14m10	13m35	14m50	13m30	12m20	14m00	13m30	12m10	13m20	12m85	12m00
Poids	14m50	12m80	11m70	14m00	11m00	10m00	14m00	12m00	10m50	14m70	12m50	11m10
	Seniors F			Espoirs F			Juniors F			Cadettes		
	A	D	E	A	D	E	A	D	E	A	D	E
60 m	7"80	8"05	8"50	7"85	8"15	8"50	7"85	8"25	8"50	7"95	8"25	8"50
200 m	25"00	26"50	27"00	25"60	26"60	27"35	25"90	26"85	27"55	26"40	27"00	27"85
400 m	57"10	61"00	63"50	59"40	62"50	65"50	60"50	62"50	66"00	61"20	64"20	68"20
800 m	2'16"00	2'24"00	2'28"00	2'24"00	2'30"00	2'34"00	2'24"00	2'30"00	2'34"00	2'28"00	2'32"00	2'35"00
1500 m	4'50"00	5'00"00	5'10"00	-	-	-	-	-	-	-	-	-
60 m Haies	9"00	9"35	10"20	9"25	9"40	10"80	9"30	9"40	10"60	9"15	9"55	9"95
Hauteur	1m63	1m57	1m50	1m63	1m57	1m45	1m63	1m54	1m45	1m63	1m54	1m45
Perche	3m60	3m40	2m80	3m20	2m80	2m40	3m20	2m80	2m20	3m00	2m80	2m20
Longueur	5m60	5m40	5m00	5m60	5m35	4m90	5m50	5m35	4m85	5m40	5m10	4m85
Triple saut	12m00	11m40	11m00	11m70	10m80	10m20	11m70	10m80	10m20	11m00	10m50	10m10
Poids	12m50	11m40	9m60	11m50	10m40	8m50	11m40	9m50	8m50	11m50	10m50	9m70

## EPREUVES DE MARCHE REGIONAUX

	5000 m				3000 m			
	SEM	ESM	JUM	CAM	SEF	ESF	JUF	CAF
Minima E	28'15"00	29'00"00	31'00"00	33'00"00	20'15"00	21'00"00	22'00"00	23'00"00
Minima D	26'15"00	28'00"00	29'00"00	30'00"00	18'30"00	19'30"00	20'30"00	22'00"00

### ÎLE-DE-FRANCE

	5000 m				3000 m			
	SEM	ESM	JUM	CAM	SEF	ESF	JUF	CAF
Minima E	27'30"00	28'30"00	29'30"00	31'00"00	18'15"00	20'00"00	21'00"00	22'00"00
Minima A	25'45"00	26'30"00	27'00"00	28'00"00	16'30"00	17'15"00	18'00"00	18'30"00

# MONTEES DE BARRE

## Qualifications sur Minima D et E pour les Championnats Régionaux et Ile-de-France en salle



Ces montées de barre doivent être respectées lors des championnats départementaux. Toute hauteur franchie ne les respectant pas sera ramenée à la performance inférieure.

HAUTEUR FEMMES (Ca, Ju, Es, Se)												
	1m40	1m45	1m50	1m54	1m57	1m60	1m63	1m66	1m69	1m71	1m73	
HAUTEUR HOMMES (Ca, Ju, Es, Se)												
	1m65	1m70	1m75	1m80	1m85	1m89	1m92	1m95	1m98	2m01	2m04	2m06
PERCHE FEMMES (Ca, Ju, Es, Se)												
	2m20	2m40	2m60	2m80	3m00	3m10	3m20	3m30	3m40	3m50	3m60	3m70
PERCHE HOMMES (Ca, Ju, Es, Se)												
	3m10	3m30	3m50	3m70	3m90	4m00	4m10	4m20	4m30	4m40	4m50	4m60
	4m70	4m80	4m90	5m00	5m05							

